SLENDERTONE®
FACE
Tone the muscles, lift the face.

United Kingdom: 0845 070 77 77
Republic of Ireland: 1890 92 33 88
France: 0810 347 450
Deutschland: 0800 000 1094
España: 900994467
International: +353 94 902 9936

info@slendertone.com

Designed by & Manufactured for:
Bio-Medical Research Ltd., Parkmore Business Park West, Galway, Ireland.
Copyright: © 2010, Bio-Medical Research Ltd. All Rights Reserved
Part No: 2400-5509 Rev.: 2 Date of Issue: 5/10

SLENDERTONE®
FACE
Tone the muscles, lift the face.

Instruction Manual

Mode D'emploi
Gebrauchsanweisung
Manual De Usuario
Gebruiksaawijzingen
Istruzioni Per L'uso
Instrucoes Para A Utilizacao

www.slendertone.com

Wilkommen

Herzlichen Glückwunsch zum Kauf von Slendertone Face, Ihrem ersten Schritt auf dem Weg zu einem jüngeren Äußeren.

Face ist ein leichtes Headset, das durch sanfte elektronische Muskelstimulation (EMS) das Mienenspiel trainiert. Unsere innovative Technologie stimuliert die Muskeln unter der Oberfläche Ihres Gesichts, um diese zu festigen und zu trainieren. Auf diese Weise wird der natürlichen "Erschlaffung" während des Alterungsprozesses entgegengewirkt.

Mit über 40 Jahren Erfahrung in der Entwicklung medizinischer Geräte kann Ihnen Slendertone mit Stolz dieses im klinischen Einsatz bewährte Produkt vorstellen. Ein Face Produkt, dass echte Ergebnisse erzielt.

Jeder weiß, was geschieht, wenn Sie trainieren: Sie stärken Ihre Muskeln, und Ihr Körper sieht besser aus. Dasselbe gilt auch für Ihr Gesicht. Wenn Sie Ihre Gesichtsmuskeln trainieren, sieht es fester und jünger aus. Slendertone Face sorgt für ein sanftes Training und damit für eine Verbesserung des Teints und ein Straffen Ihrer Gesichtsmuskeln.

Damit Sie mit Ihrem neuen Face Produkt eine optimale Wirkung erzielen, empfehlen wir Ihnen, es maximal 20 Minuten pro Tag und fünfmal die Woche einzusetzen. Verwenden Sie Face stets mit der Intensität, die Sie als angenehm empfinden. Zwischen den Sitzungen müssen 24 Stunden liegen. Überschreiten Sie nicht die empfohlene Anwendungsdauer. Natürlich sollten Sie Slendertone Face auch nach diesem 12-Wochen-Zeitraum weiter anwenden, um die Verbesserung aufrecht zu erhalten. Wir empfehlen die regelmäßige Anwendung mindestens 2 Mal pro Woche, um die optimale Muskelverfassung zu erhalten.

Unabhängige klinische Tests lieferten bei regelmäßiger Anwendung (5 mal die Woche je 20 Minuten) nach nur 12 Wochen folgende Ergebnisse:

- 94% der Probanden sagten, dass sich ihr Gesicht straffer anfühlt
- 90% stellten eine Verbesserung des Gesichtsteints fest
- Der Muskeldurchmesser nahm um durchschnittlich 18,6 % zu

Slendertone Face ist ein elektronischer Muskelstimulator, der zur Erhöhung der Leistungsfähigkeit der Gesichtsmuskeln entwickelt wurde. Das Produkt kann auch unter medizinischer Aufsicht für die Rehabilitation von Muskeln eingesetzt werden, die sich durch Nichtnutzung oder eine Verletzung zurückgebildet haben.

Bitte lesen Sie das Handbuch vollständig durch, bevor Sie dieses Produkt nutzen. Wenn Sie weitere Informationen benötigen, besuchen Sie unsere Website www.slendertone.com.

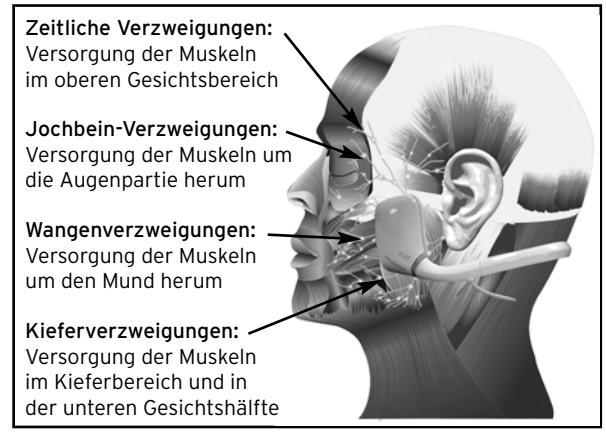
Wissenschaftlicher Hintergrund von Slendertone

Das Aussehen und die Textur Ihres Gesichts hängen zu einem großen Teil vom Zustand der tiefer liegenden Muskeln ab. Und wie alle Muskeln benötigen auch diese regelmäßiges Training, um fest und fit zu bleiben. Slendertone Face verwendet die im Klinikeinsatz bewährte und patentierte EMS-Technologie von Slendertone. Diese Technologie sorgt für sanfte elektrische Impulse direkt auf die Gesichtsnerven. Auf diese Weise wird der natürlichen "Erschlaffung" während des Alterungsprozesses entgegengewirkt.

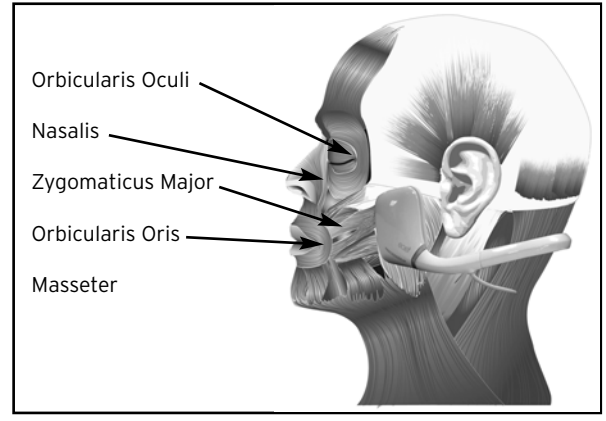
Schritt 1: Über die Elektroden werden sanfte Signale ausgesendet. Diese Signale aktivieren die Nerven zur Steuerung der Gesichtsmuskeln.

Schritt 2: Mit zunehmender Signalstärke bewirken die Nerven wiederum eine rhythmische Kontraktion und Entspannung Ihrer Muskeln.

Schritt 1:


Zeitliche Verzweigungen:
Versorgung der Muskeln im oberen Gesichtsbereich
Jochbein-Verzweigungen:
Versorgung der Muskeln um die Augenpartie herum
Wangenverzweigungen:
Versorgung der Muskeln um den Mund herum
Kieferverzweigungen:
Versorgung der Muskeln im Kieferbereich und in der unteren Gesichtshälfte

Schritt 2:



Wie fühlt sich das an?

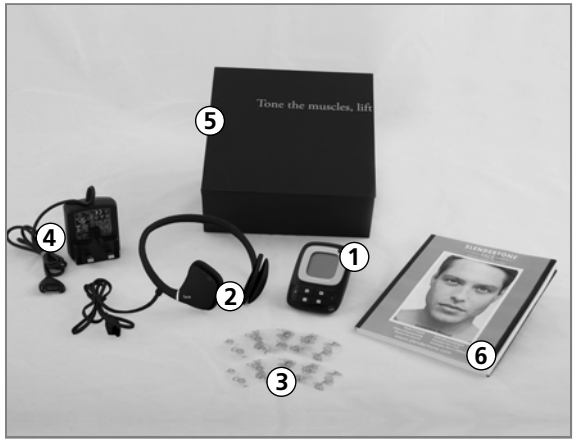
Wenn Sie die Face-Einheit einschalten, fühlen Sie ein leichtes Kribbeln oder eine leichte Anspannung in den entscheidenden Gesichtsbereichen, am deutlichsten in den Partien um Augen und Mund. Sie können auch beobachten, wie sich die Muskeln leicht bewegen. Dies zeigt, dass die Muskeln arbeiten und gereizt werden. Dieses Gefühl erscheint Ihnen zunächst etwas ungewöhnlich, aber bei regelmäßiger Anwendung und allmählicher Steigerung der Intensität werden Sie dieses Gefühl als angenehm empfinden.

Vorsichtsmassnahmen

Bitte lesen Sie diese Vorsichtsmaßnahmen und die "Verwendungsrichtlinien" (Seiten 16-18) genau, bevor Sie Ihr Slendertone Face Produkt verwenden.

- Wir empfehlen die Anwendung dieses Produkts bei entspannter sitzender oder liegender Körperhaltung.
- Setzen Sie das Headset stets auf Ihr Gesicht, bevor Sie die Bedieneinheit einschalten.
- Vor der Verwendung von Slendertone Face müssen Sie stets die selbsthaftenden Gelpolster an den Paddeln des Headsets in Position bringen.
- Waschen Sie sich vor dem Einsatz immer das Gesicht und vergewissern Sie sich, dass keine Rückstände von Cremes, Öl oder Lotionen auf der Haut bleiben (wenn sich noch Cremes, Öl oder Lotionen auf der Haut finden, arbeitet das Produkt weniger effektiv, und die Lebensdauer der Gel-Pads wird verkürzt).
- Falls Sie die Haare lang tragen, binden Sie sie nach hinten oder verwenden Sie ein Haarband.
- Nehmen Sie während der Sitzungen die Bedieneinheit in die Hand, legen Sie diese auf Ihren Schenkeln ab, oder bewahren Sie in einer Tasche auf.
- Dieses Produkt darf nur von Personen über 18 Jahren verwendet werden.

Lieferumfang



1. Face Bedieneinheit

Die Einheit generiert Signale, die über Elektroden an Ihre Gesichtsmuskeln gesendet werden, um diese zu trainieren. Die Einheit kann aufgeladen werden und benötigt zur vollständigen Aufladung ca. 3 Stunden.

2. Face Headset

Das Headset wird um Ihren Hals gelegt, um die leitenden Paddel auf Ihrem Gesicht in der richtigen Position zu halten.

3. Gelpolster x 24 (12 Paar)

Diese müssen vor der Verwendung auf den Paddeln positioniert werden, da diese das Signal vom Headset auf Ihre Muskeln übertragen.

4. Batterieladegerät

Schließen Sie das Ladegerät an einer Steckdose und anschließend an Ihr Face Produkt an, um die Batterie aufzuladen. Verwenden Sie ausschließlich das von Slendertone bereitgestellte Ladegerät.

5. Transporttasche

Diese stabile Tasche mit Magnetverschluss schützt Ihr Slendertone Face Produkt, wenn es nicht in Gebrauch ist.

6. Produktdokumentation

Diese besteht aus einem ausführlichen Handbuch zur Verwendung Ihres Slendertone Face Produkts sowie einem zusätzlichen Schnellstart-Handbuch, in dem die ersten Schritte erläutert werden.

Wenn Sie Unterstützung bei der Einrichtung Ihres Geräts benötigen oder Fragen haben, wenden Sie sich bitte an Ihren lokalen Kundenservice, oder senden Sie uns eine E-Mail.

Deutschland: 0800 000 1094
International: +353 94 902 9936.
E-Mail: info@slendertone.com

Bedienelemente des Geräts

1. Netztaste (⏻)
Halten Sie diese Taste 2 Sekunden lang gedrückt, um Ihr Gerät ein- oder auszuschalten. Sie können die Übungen auch unterbrechen, indem Sie kurz auf diese Taste drücken.

2. Erhöhen der Trainingsintensität (+)
Halten Sie diese Tasten gedrückt, um die Trainingsintensität zu erhöhen. Mit der rechten Taste steuern Sie die rechte Seite Ihres Headsets. Mit der linken Taste steuern Sie die linke Seite Ihres Headsets.

3. Verringern der Trainingsintensität (-)
Halten Sie diese Tasten gedrückt, um die Signalintensität für eine Ihrer Gesichtshälften zu verringern.

4. Programmtaste (**P**)
Drücken Sie diese Taste, um das gewünschte Trainingsprogramm auszuwählen. Es stehen drei Programme zur Verfügung, die weiter hinten in diesem Handbuch (Seite 7) näher erläutert werden.

5. Informationstaste (***i***)
Drücken Sie diese Taste, um Ihre Programmdaten zu überprüfen, z. B. die maximale Intensität Ihrer aktuellen oder letzten Sitzung und die Anzahl der bisherigen Sitzungen.

Display des Geräts

15 Trainingsintensität der linken Seite des Headsets

49 Trainingsintensität der rechten Seite des Headsets

13:28 Zeigt die verbleibende Zeit der aktuellen Sitzung an. Auch die Fehlermeldungen werden hier angezeigt (siehe Seite 12).

Wird angezeigt, wenn die Übung unterbrochen wurde.

Zeigt an, dass der Ton ausgeschaltet ist.

Tastensperre ist aktiv – Sie können die Intensität oder das Programm nicht versehentlich ändern.

⚠ Dieses Symbol zeigt an, dass zwischen der Einheit und dem Headset, zwischen den Paddeln und den Gelpolster oder zwischen den Gelpolster und Ihrer Haut ein verminderter Kontakt besteht (siehe Seite 12).

Zeigt die verbleibende Batteriespannung an.

12 Anzahl der bisherigen Sitzungen.

Zeigt das momentan aktive Programm an (1-3).

Dieses Symbol wird während der ersten Kontraktionsphase angezeigt.

159 60 Maximale Intensität für die aktuelle/letzte Sitzung.

Face Programme

Abb. a

Slendertone Face verfügt über drei Programme – Liften, Ausstrahlung und Massage. Sie können Ihr gewünschtes Programm auswählen, indem Sie die Programmtaste (***P***) so oft drücken, bis das Programmsymbol im Display erscheint. Während einer Sitzung können Sie das Programm nicht ändern. Sie müssen das Gerät zunächst aus- und anschließend wieder einschalten, um ein neues Programm auswählen zu können.

Verwenden Sie das Produkt maximal fünfmal pro Woche. Zwischen den Sitzungen sollten stets 24 Stunden liegen.

1. Lifting:
Programm 1 trainiert und festigt Ihre Gesichtsmuskeln, um die oberen Hautschichten zu straffen und zu glätten. Die Haut sieht jünger aus und fühlt sich besser an. Wir empfehlen die Anwendung dieses Programms über 12 Wochen, um den Verjüngungseffekt voll zur Geltung zu bringen.

2. Ausstrahlung:
Programm 2 fördert die Durchblutung im Gesichtsbereich und lässt Ihr Gesicht gesünder aussehen.

3. Massage:
Dieses sanfte Programm beruhigt und entspannt die feinen Gesichtsmuskeln während einer Sitzung. Sie fühlen sich entspannt und erfrischt. Das perfekte Programm, um nach einem langen Tag zu entspannen.

Programm	Dauer	Intensität
Prog. 1	20 Minuten	0-99
Prog. 2	10 Minuten	0-99
Prog. 3	15 Minuten	0-99

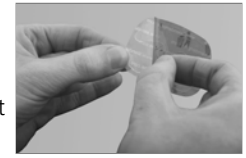
Erste Schritte

1. Schließen Sie das Ladegerät an einer Steckdose an, und schalten Sie die Steckdose ein. Schließen Sie die Bedieneinheit am Batterieladegerät an (Abb. a). Es dauert 3 Stunden, bis die Batterie vollständig aufgeladen ist. Ihre Einheit ist vollständig aufgeladen, wenn alle drei Abschnitte des Batterie-symbols im Display voll sind. Sie müssen die Einheit mindestens drei Stunden lang laden, bevor Sie Face zum ersten Mal verwenden. Trennen Sie die Bedieneinheit vom Ladegerät.

Abb. a

2. Nehmen Sie die Gelelektroden aus ihrer Verpackung. Sie werden feststellen, dass auf beiden Seiten jeder Gelelektrode eine Kunststoffabdeckung angebracht ist. Eine dieser Abdeckungen besteht aus blauem, die andere aus durchsichtigem Kunststoff.

Abb. b



3. Entfernen Sie vorsichtig die blaue Abdeckung von einer der Gelelektroden, und setzen Sie die Elektrode auf eines der Paddel wie in Abb. c dargestellt. Wiederholen Sie den Vorgang für eine zweite Gelelektrode, und setzen Sie diese auf das andere Paddel.

Abb. c

4. Entfernen Sie die durchsichtige Kunststoffabdeckung von den Gelelektroden (Abb. d). Werfen Sie diese Abdeckungen nicht weg, da Sie diese nach Abschluss Ihrer Sitzung wieder an den Gelelektroden anbringen müssen.
Hinweis: Verwenden Sie ausschließlich Slendertone Gelelektroden, da andere Gelelektroden die Sicherheit und Wirksamkeit des Produkts beeinträchtigen können. Bevor Sie die Gesichtseinheit anwenden, vergewissern Sie sich, dass Sie alle Cremes, Lotionen und Öle mit warmem Wasser von Ihrem Gesicht abspülen.

Abb. d

5. Schließen Sie die Bedieneinheit am Headset an wie in Abb. e dargestellt. Die Bedieneinheit und das Headset müssen richtig angeschlossen sein, damit Ihr Slendertone Face Produkt ordnungsgemäß funktioniert.
Hinweis: Vergewissern Sie sich vor dem Einschalten Ihres Face Produkts, dass die Gelpolster die schwarzen Paddelkontakte vollständig abdecken.

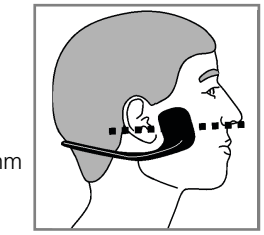
Abb. e

6. Schieben Sie das Headset mit den nach vorne zeigenden Paddeln von hinten auf Ihren Kopf und unter Ihre Ohren, bis die Paddel auf ihrem Gesicht aufliegen. Die Paddel befinden sich dann in der richtigen Position, wenn sie direkt unter ihren Wangenknochen und etwa einen Fingerbreit vor jedem Ohr liegen (Abb. f). Überprüfen Sie mit einem Spiegel die richtige Position des Headsets.
Hinweis: Positionieren Sie die Paddel ausschließlich wie in Abb. f dargestellt. Setzen Sie diese nicht direkt auf die Wangenknochen auf, da dies unangenehm sein kann.

Abb. f

Die Paddel sollten immer in einer Linie zwischen der Mitte Ihrer Ohren und Ihrer Nase platziert werden (Abb. g). Versuchen Sie nicht, die Paddel an den Schläfen oder am Hals zu platzieren.

Abb. g



7. Halten Sie die Ein-/Aus-Taste (⏻ - Abb. h) zwei Sekunden lang gedrückt, um das Gerät einzuschalten.

8. Wählen Sie durch Drücken der Programmtaste (***P***) Ihr gewünschtes Programm aus. Dieses Programm wird beim Einschalten des Geräts immer automatisch ausgewählt, bis Sie die Auswahl ändern.

Abb. h

9. Erhöhen der Intensität

Erhöhen Sie mithilfe der Intensitätstasten die Intensität so, dass Sie diese als angenehm empfinden (Abb. i). Die Intensität kann von 0 bis 99 eingestellt werden. Sie sollten die Intensität erhöhen, bis Sie minimale Kontraktionen Ihrer Gesichtsmuskeln sehen können. Verringern Sie anschließend die Intensität um eine Stufe und genießen Sie das angenehme Gefühl. Die Gesichtsmuskeln sind klein und empfindlich und benötigen daher nur eine sanfte Reizung.

Abb. i

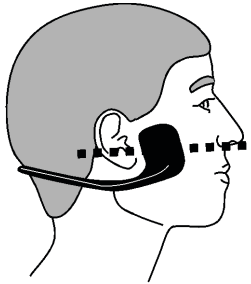
Hinweis:
- Wenn Sie das Signal als unangenehm empfinden, überprüfen Sie, ob die Gelpolster sauber sind und richtig auf den Headset-Paddel angebracht sind.
- Es ist für die Reizung nicht von Bedeutung, ob die Intensität auf beiden Seiten des Gesichts gleich stark ist. Wichtiger ist es, die Intensität auf jeder Seite so abzustimmen, dass die Reizung als gleichmäßig empfunden wird.

Wichtig:
- Wenn Sie ein Zucken um das Auge bemerken oder wenn Sie sich während einer Sitzung nicht wohlfühlen, unterbrechen Sie das Training, indem Sie kurz auf die Netztaste drücken (im Display erscheint das Pausensymbol - ⏸). Verschieben Sie dann das Headset auf Ihrem Gesicht etwas nach unten, und setzen Sie die Sitzung fort, indem Sie erneut kurz auf die Netztaste drücken.
- Manche Personen bemerken nach einer Sitzung ein Zucken in ihren Muskeln. In diesem Fall sollten Sie die Intensität während Ihrer nächsten Sitzung verringern. Falls dieses Problem jedoch länger als zwei bis drei Tage anhält, schlagen Sie auf Seite 17 in diesem Handbuch nach.

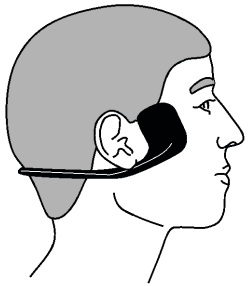
10. Schalten Sie das Gerät nach Abschluss Ihrer Sitzung aus, nehmen Sie das Headset von Ihrem Gesicht. Austauschen der durchsichtigen Kunststoffabdeckungen an den Gelelektroden. Nehmen Sie die Gelelektroden nicht von den Paddeln ab. Bewahren Sie das Produkt bis zur nächsten Sitzung geschützt in seiner Transporttasche auf.

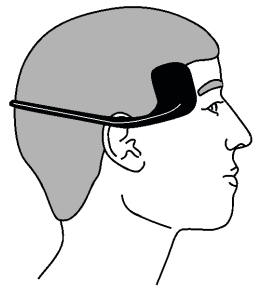
Wichtig:
Vergewissern Sie sich, dass die Bedieneinheit ausgeschaltet ist, bevor Sie das Headset vom Gesicht nehmen.

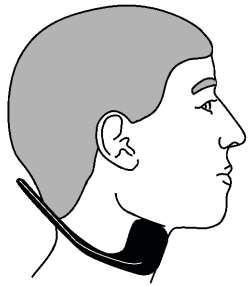
Korrekte Platzierung der Elektroden

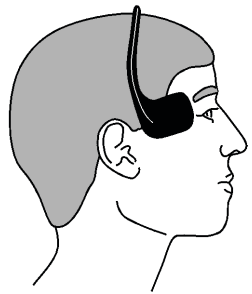


Die Elektroden auf keinen Fall an folgenden Stellen platzieren









Richtiger Umgang mit den Gelpolster

Ihr Slendertone-Gesichtspack enthält 12 Paar Gel-Pads für einen 12-wöchigen Pflegeplan. Wie empfehlen einen Austausch der Gel-Pads mindestens einmal in der Woche.

- Die Gelpolster sind nur zur Verwendung durch eine Person vorgesehen.
- Die Haltbarkeit und Wirksamkeit der Gelpolster hängt ganz von der richtigen Verwendung, Lagerung und Pflege durch den Anwender, bestimmten Hauttypen, der Anzahl und Dauer der Sitzungen sowie von der eingestellten Intensität ab.
- Vergewissern Sie sich vor dem Gebrauch, dass Ihre Haut sauber und frei von Fetten, Cremes und anderen Lotionen ist.
- Vergewissern Sie sich, dass Ihre Hände sauber sind, bevor Sie die Gelpolster berühren. Berühren Sie nach Möglichkeit mit Ihren Fingern nicht die Seite der Gelpolster, die mit der Haut in Berührung kommt, wenn Sie diese an das Headset anbringen oder von diesem entfernen, da dadurch Fette und Hautpartikel auf die selbstklebende Oberfläche gelangen können.
- Bringen Sie nach der Anwendung die durchsichtigen Kunststoffabdeckungen an den Gelelektroden wieder an.
- Die Gelpolster müssen regelmäßig ersetzt werden, da die Oberfläche Hautpartikel aufnimmt und mit der Zeit austrocknet.

Richtiger Umgang mit dem Gerät und dem Headset

- Gerät und Headset dürfen nicht nass werden und nicht direktem Sonnenlicht ausgesetzt werden. Reinigen Sie es regelmäßig mit einem weichen, leicht mit Seifenwasser befeuchteten Tuch. Das Innere des Geräts darf auf keinen Fall nass werden. Verwenden Sie für Ihr Gerät keine Reinigungsmittel, Alkohol, Sprühreiniger oder starke Lösungsmittel.

Produktgarantie

Falls Ihr Slendertone Face Produkt innerhalb von zwei Jahren nach dem Kauf einen Fehler aufweist, wird Slendertone Ihnen das Produkt oder die fehlerhaften Teile ersetzen bzw. reparieren, ohne hierfür Kosten für Arbeitsleistung oder Materialien* zu berechnen. Voraussetzungen:

- Das Produkt wurde nur für den vorgesehenen Zweck und auf die in diesem Handbuch beschriebene Art und Weise eingesetzt.
- Das Produkt wurde nicht an eine ungeeignete Spannungsquelle angeschlossen.
- Das Produkt wurde weder missbraucht noch nachlässig behandelt.
- Das Produkt wurde ausschließlich von einem zugelassenen Slendertone Agenten modifiziert oder geändert.

Diese Garantie ergänzt die vorhandenen nationalen Garantieverpflichtungen und wirkt sich nicht auf Ihre gesetzlich festgelegten Rechte als Verbraucher aus.

* Dies umfasst keine Verbrauchsmaterialien (z. B. Gelpolster und Batterien) die einem normalen Verschleiß unterliegen.

Weitere Funktionen des Geräts

Informationstaste (*i*)
Sie können die Informationstaste während einer Sitzung jederzeit drücken, um die höchste Intensitätsstufe anzuzeigen, die Sie während dieser Sitzung erreicht haben (Abb. a). Wenn Sie die Informationstaste zweimal drücken, wird die Anzahl der bisher abgeschlossenen Sitzungen angezeigt.

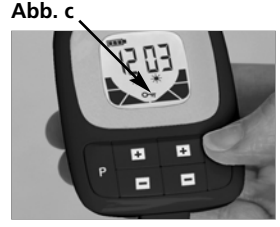
Abb. a

Stummschaltfunktion ( )
Wenn Sie die Töne Ihrer Bedieneinheit deaktivieren möchten, halten Sie die Programmtaste zwei Sekunden lang gedrückt (Abb. b). Die Stummschaltfunktion bleibt so lange aktiv, bis Sie diese manuell deaktivieren. Zum Deaktivieren der Stummschaltfunktion drücken Sie erneut zwei Sekunden lang auf die Programmtaste.

Abb. b

Tastensperre ( )
Wenn Sie eine komfortable Intensitätsstufe gefunden haben, halten Sie die Informationstaste zwei Sekunden lang gedrückt, um diese Intensität zu speichern (Abb. c). Diese Funktion bleibt nur während der Sitzung aktiv, in der sie aktiviert wurde. Wenn Sie die Intensität während einer Sitzung erhöhen möchten, deaktivieren Sie die Tastensperre, indem Sie die Informationstaste erneut zwei Sekunden lang drücken.

Abb. c



Fehlermeldungen
Falls an Ihrem Gerät einmal ein Problem auftreten sollte, blinkt die in Abb. d dargestellte Anzeige. In diesem Fall sollten Sie die Einheit aus- und anschließend wieder einschalten. Sie sollte nun einwandfrei funktionieren. Falls das Problem weiterhin besteht, wenden Sie sich an Ihren lokalen Kundenservice, um Unterstützung zu erhalten:

Deutschland: 0800 000 1094
International: +353 94 902 9936.
E-Mail: info@slendertone.com

Abb. d

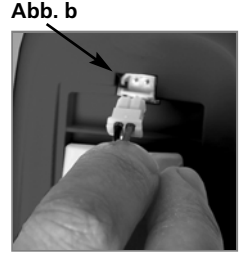
Batterieladezustand / Auswechseln der Batterie

Das Batteriesymbol im Display blinkt bei einem geringen Batterieladezustand, um anzuzeigen, dass die Batterie geladen werden muss. Nach einiger Zeit kann die Batterie die Bedieneinheit nur noch für eine begrenzte Anzahl von Sitzungen versorgen, d. h. Sie müssen die Batterie häufiger aufladen. Dies liegt daran, dass wiederaufladbare Batterien nur für eine begrenzte Anzahl von Ladezyklen konzipiert sind und schließlich ausgetauscht werden müssen.

Abb. a

Wenn Sie die wiederaufladbare Batterie austauschen müssen, entfernen Sie den Gummistecker an der Geräterückseite (Abb. a) und schrauben die Abdeckung an der Rückseite ab. Ersetzen Sie den vorhandenen Batteriesatz durch einen neuen (Abb.b), und bringen Sie die Batterieabdeckung wieder an. Einen neuen Batteriesatz können Sie bei der Slendertone-Hotline erwerben.

Abb. b



Richtiger Umgang mit Batterien
Eine neue Batterie wird entladen geliefert und muss vor der Verwendung aufgeladen werden. Es dauert 3 Stunden, bis die Batterie vollständig aufgeladen ist. Bei der ersten Verwendung (oder nach einer längeren Lagerung) sind eventuell zwei oder drei Lade-/Entladezyklen erforderlich, bevor die maximale Kapazität erreicht ist.

Um eine optimale Batterieleistung und beste Ergebnisse zu gewährleisten, muss der Anwender das Produkt regelmäßig verwenden, z. B. 1 Sitzung pro Tag an 5 Tagen der Woche.

Eine wiederaufladbare Batterie entlädt sich, wenn sie nicht verwendet wird. Wenn die Batterie längere Zeit nicht verwendet wird, nehmen Sie diese aus dem Gerät, und lagern Sie sie an einem kühlen, trockenen und sauberen Ort.

Falls Ihre wiederaufladbare Batterie ausgewechselt werden muss, können Sie über den Slendertone Kundenservice eine neue wiederaufladbare Batterie bestellen.

Deutschland: 0800 000 1094
International: +353 94 902 9936.
E-Mail: info@slendertone.com

Checkliste zur Fehlersuche

Falls Ihr Produkt nicht wie gewünscht funktioniert, gehen Sie die folgende Checkliste durch:

Haben Sie die Batterie aufgeladen?
Es dauert 3 Stunden, bis die Batterie vollständig aufgeladen ist.

Ist das Headset richtig an der Bedieneinheit angeschlossen?
Drücken Sie den kleinen Anschluss der Headset vollständig in den Anschluss am Bedieneinheit.

Werden die Paddel am Headset vollständig von den Gelpolster bedeckt?
Überprüfen Sie noch einmal die Gelpolster am Headset, um sicherzustellen, dass sie die Paddel vollständig bedecken. Überprüfen Sie vor einer Sitzung, dass alle Kunststoffabdeckungen von den Flächen der Gelpolster entfernt wurden. Denken Sie daran, die durchsichtigen Abdeckungen aufzuheben, um die Gelelektroden zwischen den Sitzungen schützen zu können.

Wann haben Sie Ihre Gelpolster zuletzt ausgewechselt?
Die Gelpolster müssen regelmäßig ausgewechselt werden. Neue Gelpolster können Sie über den Kundenservice bestellen, oder fragen Sie Ihren Händler, bei dem Sie das Produkt gekauft haben. Wie empfehlen einen Austausch der Gel-Pads mindestens einmal in der Woche.

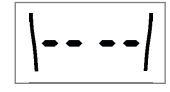
Blinkt die in Abb. a dargestellte Anzeige auf dem Display?
Falls diese Anzeige auf Ihrem Display zu blinken beginnt, weist sie darauf hin, dass ein Kontaktproblem mit einem der folgenden Elemente vorliegt:
- Die Bedieneinheit und das Headset sind nicht richtig miteinander verbunden.
- Die Gelpolster wurden vor Beginn einer Sitzung nicht an den Paddeln angebracht.
- Die Gelpolster bedecken die Paddel am Headset nicht vollständig. *
- Die durchsichtigen Kunststoffabdeckungen wurden nicht von den Elektroden abgenommen.
- Die Gelpolster sind abgenutzt. *

Abb. a

Abb. b

Abb. c

Abb. d



* Diese Anzeige erscheint immer mit den Indikatoren für das linke/rechte Paddel. Falls der Indikator für das linke Paddel angezeigt wird (Abb. b), besteht das Problem an der linken Paddel oder Gelpolster. Der rechte Indikator (Abb. c) weist auf ein Problem mit der rechten paddel oder Gelpolster hin. Wenn beide Indikatoren angezeigt werden (Abb. d), liegt auf beide Seiten ein Problem vor.

Ihre Probleme konnten nicht behoben werden? Rufen Sie uns an.
Deutschland: 0800 000 1094 - International: +353 94 902 9936.
E-Mail: info@slendertone.com

Informationen zu unseren neuesten Erfindungen erhalten Sie auf unserer Website www.slendertone.com!

Verwendung von Slendertone Face in Verbindung mit Botox®

Nach der Anwendung von Botox® sollten Sie immer 24 Stunden warten, bevor Sie das Slendertone Face verwenden.

Botox® reduziert hartnäckige Falten und Furchen an den Augenbrauen durch chemische Reduzierung der Muskelaktivität in dem Bereich zwischen den Augen (der „Glabella") und direkt darüber. Manchmal wird es auch verwendet, um „Krähenfüße" um die Augen herum zu mildern, aber Botox® wird nur selten im mittleren und unteren Gesichtsbereich verwendet und hat daher auf die meisten Gesichtsmuskeln keine Auswirkung. Slendertone Face ist daher auch für Personen nützlich, denen Botox® gespritzt wurde, da die nicht mit Botox® behandelten Muskeln im Rahmen der Slendertone Gesichtstherapie trainiert werden.

Die Wirkung von Botox® ist außerdem eine vorübergehende (d. h. die Muskeln nehmen nach mehreren Wochen allmählich wieder ihre ursprüngliche Lage ein), und die Lähmungsstufe der behandelten Muskeln hängt von der injizierten Botox®-Menge ab (d. h. es gibt eventuell auch frühzeitig eine Verschiebung der gespritzten Muskeln, je nach der verwendeten Dosis). Wenn der Muskel mit der Zeit wieder seine ursprüngliche Position einnimmt, wirkt die sanfte Reizung von Slendertone Face einer Muskelatrophie entgegen, die sich entwickeln könnte, wenn Muskeln wiederholt mithilfe von Botox® gelähmt werden (Muskelatrophie ist eine der aufgeführten Nebenwirkungen von kosmetischen Botox®-Injektionen).

Verwendung von Slendertone Face in Verbindung mit Gesichtsfüllungen

Nach der Anwendung von Gesichtsfüllungen (z. B. Restylane™, Perlane™, Juvederm™) sollten Sie immer 24 Stunden warten, bevor Sie das Slendertone Face verwenden.

Restylane™, Perlane™ und Juvederm™ sind Gesichtsfüllungen, mit denen sich die sichtbaren Spuren des Alters mindern lassen. Sie werden aus Hyaluronsäure hergestellt, die als natürliche Substanz im Körper vorkommt. Restylane™, Perlane™ und Juvederm™ sind verschiedene Markennamen für Hyaluronsäure; diese Produkte werden unter die Haut gespritzt. Sie helfen, beim Alterungsprozesse entstehende Leerräume in der Gesichtshaut zu füllen, z. B. Falten unter den Augen (Tränensäcke), Lachfalten und Marionettenlinien. Die Füllung muss unbedingt von einem geschulten Mediziner angebracht werden, um ein glattes und gleichmäßiges Aussehen sicherzustellen. Die Wirkung dieser Behandlung ist vorübergehend, und die meisten Patienten benötigen alle sechs Monate eine Behandlung.

Verwendungsrichtlinien

Ihr Slendertone Produkt ist für alle gesunden Erwachsenen geeignet. Doch wie bei allen Übungen muss auch hier bei der Verwendung mit Sorgfalt vorgegangen werden. Befolgen Sie also stets die nachfolgenden Punkte, und lesen Sie Ihr Benutzerhandbuch vor der Verwendung sorgfältig durch. Einige der folgenden Punkte sind geschlechtsspezifisch.

Das Gerät darf in folgenden Fällen nicht verwendet werden:
- Wenn Sie elektronische Implantate besitzen (z. B. Herzschrittmacher oder Defibrillator) oder an einer Herzkrankheit leiden.
- Wenn Sie Krebs haben, unter Epilepsie leiden oder aufgrund einer kognitiven Störung unter medizinischer Beobachtung stehen.
- Wenn sich das Gerät in der Nähe (z. B. 1 m) von Kurzwellen- oder Mikrowellen-Therapiegeräten befindet.
- Wenn Sie an hochfrequenten Operationsgeräten angeschlossen sind.
- Wenn das Gerät beim Tragen Bereiche berührt, an denen Medikamente durch Injektionen verabreicht werden (kurzfristig oder langfristig), z. B. bei einer Hormonbehandlung.

Bitte warten Sie mit der Verwendung Ihres Slendertone Produkts:
- Mindestens 24 Stunden nach der Anwendung von Gesichts-Botox® oder Einspritz-Füllungen - sprechen Sie unbedingt vorher mit Ihrem Arzt. Weitere Informationen zur Anwendung von Slendertone Face in Verbindung mit diesen Behandlungen finden Sie auf Seite 15.

Bitte holen Sie in folgenden Fällen die Zustimmung Ihres Arztes oder Physiotherapeuten ein, bevor Sie Ihr Slendertone Produkt verwenden:
- Wenn Sie an einer schweren Krankheit oder Verletzung leiden, die nicht in diesem Handbuch erwähnt wurde.
- Sie neigen zu inneren Blutungen, wie beispielsweise nach einer Verletzung oder einer Fraktur.
- Sie wurden vor Kurzem chirurgisch behandelt, und eine Reizung könnte den Heilungsprozess beeinträchtigen.
- Wenn Sie Diabetiker sind und Insulin verabreicht bekommen.
- Wenn Sie an Muskel- oder Gelenkkrankheiten leiden.
- Wenn Sie das Gerät im Rahmen eines Rehabilitationsprogramms verwenden.
- Wenn bei Ihnen vor kurzem eine medizinische oder kosmetische Operation im Gesicht vorgenommen wurde.

Mögliche Nebenwirkungen:
- Von Menschen, die Muskelstimulationsgeräte verwenden, wurden wenige isolierte Hautreaktionen gemeldet, wie z. B. Hautallergien, eine längere Rötung der Haut, Akne, geplatzte Blutgefäße, Besenreiser, Ausschläge und Probleme mit Zahnfüllungen/Zahnschmerzen.
- Falls die allergischen Reaktionen mehrere Stunden anhalten, dürfen Sie das Produkt nicht mehr verwenden, da es für Sie eventuell ungeeignet ist.
- Während oder nach der elektrischen Reizung können Kopfschmerzen und andere Schmerzen auftreten, beispielsweise in der Nähe der Augen oder im Gesicht.
- Nach einer Sitzung können vorübergehende Muskelzuckungen im Gesicht auftreten. Wenn dies länger als zwei bis drei Tage anhält, sollten Sie mit Ihrem Arzt sprechen (das Muskelzucken wird mit geringen Serum-Konzentrationen von Elementen wie Kalzium, Magnesium und Kalium) in Verbindung gebracht.
- Reizungen an oder nahe an krebsartigen Verletzungen sind zu vermeiden.
- Die Slendertone Face-Einheit darf nicht im oder in der Nähe von Wasser eingesetzt werden, beispielsweise in Badewannen, Duschkabinen oder Schwimmbecken.

Hinweis:
Es wurden noch keine dauerhaften Beeinträchtigungen gemeldet, Sie können jedoch vor der Anwendung dieses Produkts Ihren Arzt konsultieren.
- In sehr seltenen Fällen haben Erstanwender der elektronischen Muskelstimulation von Schwindelgefühlen oder Ohnmacht berichtet. Wir empfehlen, das Produkt ausschließlich im Sitzen anzuwenden, bis Sie sich an das Gefühl gewöhnt haben.

Bitte lesen Sie diese Vorsichtsmaßnahmen, bevor Sie Ihr Slendertone Face Produkt verwenden.
- Die Langzeitwirkungen einer elektrischen Reizung sind bisher nicht bekannt.
- Die Unbedenklichkeit elektrischer Muskelreizungen während einer Schwangerschaft konnte bisher nicht eindeutig festgestellt werden.
- Wir empfehlen die Anwendung dieses Produkts bei entspannter sitzender oder liegender Körperhaltung.
- Die Konzeption von Slendertone Face stellt sicher, dass keine Ströme über den Kopf laufen. Nehmen Sie keinerlei Veränderungen an der Verkabelung des Headset vor; dies könnte dazu führen, dass der Kopfbereich elektrisch gereizt wird.

Denken Sie beim Anwenden der Gelpolster und des Headsets stets an Folgendes:
- Positionieren Sie die Gelpolster und das Headset AUSSCHLIESSLICH so wie in diesem Handbuch angegeben.
- Vermeiden Sie das Positionieren der Gelpolster oder des Headsets an der Vorderseite oder den Seiten des Halses, über dem Herzen (z. B. eine Elektrode auf der Brust und eine am Rücken) oder im Genitalbereich. (Für andere Körperregionen stehen weitere Trainingsgeräte zur Verfügung. Ausführliche Informationen erhalten Sie unter www.slendertone.com oder von Ihrem lokalen Händler.)
- Die Anbringung von Elektroden in der Nähe der Brust kann die Gefahr von Herzflimmern erhöhen.
- Vermeiden Sie das Berühren frischer Narben, aufgebrochener oder verbrannter Haut, infizierter oder akneanfälliger Bereiche und anderer Körperteile mit eingeschränktem Gefühl. Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn Sie Probleme mit Thrombose oder Gefäßen haben.
- Vermeiden Sie das Berühren von verletzten Körperregionen oder Körperteilen mit eingeschränkter Bewegungsfähigkeit (z. B. bei Brüchen oder Verstauchungen).

- Die Elektroden dürfen nicht direkt über Metallimplantaten, Zahnimplantaten oder Metallfüllungen platziert werden.

Wenn Sie die Elektroden während einer Sitzung neu positionieren müssen, gehen Sie wie folgt vor:
- Unterbrechen Sie das Programm oder schalten Sie das Gerät zuvor aus.

Gehen Sie nach einer ermüdenden Übung oder nach starker Anstrengung wie folgt vor:
- Verwenden Sie stets eine niedrigere Intensität, um eine Muskelermüdung zu vermeiden.

Hinweis:
- Eine effiziente Behandlung darf keine übermäßigen Beschwerden hervorrufen.

Wenden Sie sich in folgenden Fällen an den Kundenservice:
- Wenn Ihr Produkt nicht richtig funktioniert. Verwenden Sie das Produkt nicht, solange das Problem nicht behoben ist.
- Wenn Sie Irritationen, Hautreaktionen, Überempfindlichkeit oder andere Nebenwirkungen feststellen. Beachten Sie jedoch, dass eine gewisse Rötung der Haut unter den Elektroden während der Sitzung und kurze Zeit danach durchaus normal ist.

Wichtig:
- Bewahren Sie das Gerät außerhalb der Reichweite von Kindern auf.
- Die Paddel und Gelpolster dürfen nicht mit anderen Objekten verbunden werden.
- Verwenden Sie Ihr Gerät niemals gleichzeitig mit anderen Geräten, die einen elektrischen Strom in den Körper senden (z. B. andere Muskelstimulatoren).
- Unterbrechen Sie die Anwendung, wenn Sie sich benommen fühlen oder ohnmächtig zu werden drohen. Wenden Sie sich in einem solchen Fall an Ihren Arzt.
- Berühren Sie nicht die Gelpolster oder Paddel, während das Gerät eingeschaltet ist.
- Verwenden Sie das Gerät nicht beim Autofahren, beim Bedienen von Maschinen oder beim Fahrradfahren.
- Für Erstanwender kann die Muskelstimulation eine ungewöhnliche Empfindung sein. Wir empfehlen Ihnen, mit einer geringen Stimulationsintensität zu beginnen, um sich mit dem Gefühl vertraut zu machen, bevor Sie eine höhere Stimulationsintensität verwenden.
- Aus Hygienegründen dürfen die Gelpolster nur von einer Person verwendet werden. Verwenden Sie Ihre Gelpolster nicht zusammen mit anderen Personen.
- Strengen Sie sich bei Verwendung der Muskelstimulation nicht übermäßig an. Das Training sollte stets mit einer für Sie angenehmen Intensität erfolgen. Befolgen Sie bei Verwendung des Produkts die Anwendungsempfehlungen.
- Slendertone übernimmt keinerlei Haftung, wenn die mit diesem Gerät gelieferten Richtlinien und Anweisungen nicht befolgt werden.
- Obwohl dieses Gerät die geltenden EMV-Anforderungen erfüllt, kann es dennoch empfindlichere Geräte stören; halten Sie in diesem Fall einen größeren Abstand oder schalten Sie das Gerät aus.

Hinweis: Wenn Sie sich aus irgendeinem Grund nicht sicher sind, ob Sie Slendertone anwenden dürfen, wenden Sie sich an Ihren Arzt.

Technische Daten

Richtiger Umgang mit dem Gerät
Ihr Gerät darf nicht nass werden und nicht direktem Sonnenlicht ausgesetzt werden. Reinigen Sie es regelmäßig mit einem weichen, leicht mit Seifenwasser befeuchteten Tuch. Das Innere des Geräts darf auf keinen Fall nass werden. Verwenden Sie für Ihr Gerät keine Reinigungsmittel, Alkohol, Sprühreiniger oder starke Lösungsmittel.

Zu Wartungszwecken ist kein Zugang zum Geräteinneren erforderlich.

Falls Ihr Produkt beschädigt ist, dürfen Sie dieses nicht verwenden, sondern müssen es zum Austausch oder zur Reparatur an Slendertone oder Ihren lokalen Distributor zurückgeben. Reparaturen, Wartungsarbeiten und Modifikationen dürfen ausschließlich von qualifizierten Servicetechnikern ausgeführt werden, die dazu von Slendertone autorisiert wurden.

Wichtig: Im Gerät dürfen ausschließlich Batterien des richtigen Typs verwendet werden (wiederaufladbare NiMH-Batterien mit 3,6 V). Sie erhalten diese über den Slendertone Kundenservice.

Entsorgung der Gelpolster und Batterien
Gebrauchte Gelpolster und Batterien dürfen niemals verbrannt werden, sondern müssen gemäß den in Ihrem Land geltenden Gesetzen zur Entsorgung solcher Gegenstände entsorgt werden.

Hinweise: Das Signal steigt zu Beginn der Kontraktionsphase (Beschleunigung) stufenweise auf die höchstmögliche
Intensitätsstufe an und wird bis zum Beginn der Entspannungsphase (Verlangsamung)stufenweise bis auf null abgeschwächt. Wenn das ⚠ Symbol blinkt, wird die Anregung erheblich reduziert.

Hinweis: In Übereinstimmung mit den Gesetzen des Mitgliedsstaats müssen am Gerät alle zwei Jahre Sicherheitstests durchgeführt werden.
Hinweis: In Übereinstimmung mit dem deutschen Gesetz muss alle zwei Jahre durch einen autorisierten Testservice ein Produkt-sicherheitstest durchgeführt werden.

Zubehörteile:
Zubehör können Sie auf der Website www.slendertone.com bestellen. Slendertone-Zubehör darf ausschließlich mit Ihrem Slendertone-Ladegerät bzw. dem Slendertone-Regler (Typ 372) verwendet werden. Andere Fabrikate könnten mit Ihrem Gerät nicht kompatibel sein und evtl. nicht den Sicherheitsstandards entsprechen.

Set mit 24 Gelpolster Typ 724